



ご自由にお持ち帰りください。

Vol.
64



〒731-0293 広島市安佐北区可部南二丁目1-1
TEL : 082-815-5211 (代表)
<http://www.asa-hosp.city.hiroshima.jp>

私の履歴書 一定年を前にして思うことー

今年の3月末をもって定年退職となります。最後のご挨拶のつもりで、今まであまり披露していない経歴もときを書かせて頂きます。
1980年に広島大学を卒業し、がんの治療と研究がやりたくて原医研腫瘍外科に進みました。一年目は採血、点滴、病棟で撮るレントゲン写真の撮影と現像、夜間・休日には自分で検査機器を動かした血液検査、胃洗浄・腸洗浄・ガーゼ交換等、当時であっても他の医局の医師が行わない事までさせられましたが、その経験は後に大変役立ちました。病棟では“十五夜のお月見”に患者さんを車いすに乗せて屋上に上がり、転院した患者さんの回診も週末に転院先まで出かけて行いました。2～3年目は佐賀県立病院好生館に勤務しました。安佐市民病院と同じような規模の病院で全力で働き、遊びました。術後の患者さんが集中治療室に入れば、患者さんのそばのベッドで寝たりもしました（ポケベルしか無かったので、いちいち電話するよりその方が楽でした）。2年経過し、特別な手術を除いて一般的な疾患であれば何でも出来る外科医になったと感じましたし、事実多くの手術を術者として経験しました。

鼻高々で大学病院に帰ったら、教授から血液部門での研究を言い渡されました。最初はショックで、研究生活に戸惑いもありましたが、1985年にノーベル平和賞を受賞したIPPNW（核戦争防止国際医師会議）の副会長でもあった大北威教授（ストックホルムの授賞式に参加されました）の下、実験だけでなく清廉な生き方の大切さを教えて頂きました。その成果もあり、卒後7年目から2年間米国のMDアンダーソンがんセンターに留学しました。発がんのプロセスに関連するタンパク質の研究だったので医師ではなく生化学者としての米国生活でしたが、貧乏なアジア人研究者として、人種差別が歴然と残る米国社会を体験することになり、医師としての意識の持ち様を考える良い機会となりました。また、5歳年上のボスは本気でノーベル賞と言っていたので、そのレベルの人の働き方を肌で感じました。

帰国後直ぐに実験室長、医局長、講師になり、この生活がその後7年近く続くことになりました。この間は医局長として、教授秘書の如くスケジュール・人事管理・研究会・講演会・宴会の差配が主な仕事となりましたが、もう一度留学をしたいという思いが強くなり、文部省在外研究員に応募し採択されました。派遣期間は教授の意向で10カ月の予定が3カ月の超短期となりましたが、家族で2度目の米国は、あらゆる意味で意義深い経験となりました。米国では実験に加えて、逆流性食道炎手術の世界的権威であるヒンダー教授、胃の局所切除に取り組んでいたフィラパイ准教授、米国で初めて腹腔鏡下ヘルニア手術を行ったフィッツギボンズ准教授の下で、腹腔鏡手術の研修を行いました。

1996年2月に、大学病院から新進気鋭の外科医(?)として、2度目の米国留学直後に当院に赴任しました。秋山主任部長、後任の多幾山前病院長には、診療データに基づき改善を繰り返すこと

で、手術の質を担保していくことの重要性を教えて頂きました。また治療の標準化の為に、2000年からクリニカルパス（治療の工程表）を導入しましたが、経過中にバリエーション（予定通り経過が進まない事）が起こる事に、外科医の認知能力の差が関係するかもしれないと考え、丁度班研究を通じて知り合いになった数名の外科医（円谷医師、相馬医師、上田医師等）とノンテクニカルスキルの研究を科研費を獲得し始めましたが、彼らは外科医でありながら、日本における医療安全のパイオニアでもありましたので、自ずと医療安全の大切さと管理方法について学ぶきっかけとなりました。



病院長
平林 直樹

病院長に就任後、提供する医療の質と医療安全のレベルは日本一を目指すべきと考え、いろいろな仕掛けを考えて実行してきました。果たして患者さんに届いているかどうかの検証は必要ですが、病院の文化として育てていき、新しい病院にも引き継ぐべき事だと信じています。

最後に外科医のスタート地点で患者さんをトータルで見る事、治療の最後まで面倒を見る事に医師としての喜びを感じたその気持ちは、医療の効率化の中で展開されている病院機能分化と医療連携が進む環境の中では、勤務医として今後得ることが出来なくなる感覚かもしれないと感じつつ、最後まで読んで頂いた皆様に感謝申し上げ筆を置かせて頂きます。

永い間有難うございました。

特集記事

- ★腰部脊柱管狭窄症について
- ★冬の小児感染症について

安佐市民病院の理念と基本方針

理 念

- ・愛と誠の精神をもって医療を提供します。
- ・地域の基幹病院として高度の医療・ケアを行います。

基本方針

1. 患者さまの立場を尊重し、理解と納得のもとつづいた医療を行います。
2. 安全な医療と快適な療養環境の提供に努めます。
3. 地域と連携し、地域医療、救急医療、トータルケアの水準の向上に努めます。
4. 最新の医療にとりくみ、医療・医学の進歩に貢献します。
5. より良い医療サービス提供のため、健全な病院運営に努めます。

看護の中で大切にしてきたこと

2012年に副院長・看護部長を拝命し、2020年3月末で定年を迎えることになりました。

様々な方々から、ご支援・ご指導を頂き、感謝の一言につきます。これまで看護師として歩んできた過程と、その中で培ってきた私の看護に対する思い＝「看護部の理念」を通して、安佐市民病院の看護部が大切にしていることを紹介したいと思います。

○看護師の素晴らしさに気付いた新人時代

入職後、人工肛門（ストーマ）の手術を受けた患者さんの担当になりました。人工肛門とは、手術によってお腹に新しく作られた、便の排泄の出口のことを言います。専用の装具をお腹に貼って便を受け止めます。しかし当時はまだ十分なケアが確立されておらず、毎日のように装具から便が漏れ、患者さんは辛い思いをされていました。そこで先輩看護師達は自ら東京に学びに行き、講師を病院に招き、ケアの方法を習得したのです。

この患者さんに対する熱意と行動力から、改めて看護師の素晴らしさを実感しました。

○ストーマケアから看護の専門性を高めた中堅時代

この経験からストーマケアの専門性を高めたいと思い、ストーマ療法士（Enterostomal Therapists）、皮膚排泄ケア認定看護師の資格を取得しました。

ストーマケアを通して最も感じたことは、患者さんの“ストーマと共に生きる”困難さと“乗り越える力”の素

晴らしさでした。

看護は、“患者さんの生活、生きる”に寄り添う専門職であると実感しました。

○看護部の理念「科学的に、感性豊かに、考えて行動する」看護の力行（家業）三か条

「科学的に」とは、根拠を持つということです。「感性豊かに」とは、患者さんの痛みや苦しみ、喜びに寄り添えること、またそれと同時にどんな状況においても感情に左右されない冷静さを保ち、不快な感情を持たずに行動できる“脱感性”を磨いていくことです。その上で自律して行動できる＝「考えて行動する」看護を実践する看護部を目指したいと考えました。

この理念のもと看護師を育成し、この理念に基づいて看護師がケアを実践しています。

○感謝を込めて

この安佐市民病院で、患者さん・ご家族からはもちろん、先輩看護師や医師からも多くのことを学び、私を育てていただいたと感謝しています。そしてこの安佐市民病院で、多くの看護師が成長し、日々様々な葛藤も抱えながら、看護の素晴らしさを繋いでいってくれています。

多くの人に支えられ、今があることに感謝を込めて、安佐市民病院の益々の発展を祈念します。



副院長・看護部長
中野 真寿美

安佐市民病院の建替えの近況報告（その4）

安佐市民病院整備室室長 亀井 賢吾

安佐市民病院の建替え事業は、新病院の主要建設工事が進められています。これらの工事は昨年6月に現地着工し、現在、患者さん用の駐車場となる地下部分の工事を行っており、病院建物を支える鉄骨工事へと進んでいきます。今年の春ごろには新病院の骨格が姿を現してきます。

新病院の敷地は、新病院の建設に先立って進められている区画整理事業により整備されます。この区画整理事業では、造成、道路整備、駅前交通広場等の工事が終わりました。

新病院の工事車両が通行する道路は一般の方は利用できませんが、暫定的に整備されていたJRあき亀山駅前の交通広場は、2.6倍の大きさに拡張されて利用

しやすくなり、昨年の11月から一般の方が利用できるようになっています。

また、新病院のアクセス道路についても、広島市が整備する、可部バイパスから新病院に接続する太田川護岸道路の工事が進められています。今年度は、昨年度に引き続き、大毛寺川の架橋工事が行われています。

新病院は、令和4年春の開業を目指しています。広島市の北部地域、広島県の西北部地域等の高度・先進医療を担う病院として、皆様のご期待に応えられるよう、今年も、病院スタッフが一丸となって準備作業を進めてまいります。

安佐市民病院の建替えの近況については、これからも随時、掲載させていただきます。

腰部脊柱管狭窄症について



副院長・整形外科
顕微鏡脊椎脊髄センター
真鍋 英喜

タレントの「みのもんた」さんが、約10年前に手術を受けたことで有名になった腰部脊柱管狭窄症について書かせていただきます。

高齢化社会となり、腰部脊柱管狭窄の患者さんは増加しています。

1) 症状

腰痛、片側または両側の下肢の痛み、しびれで長く歩けない。歩くと足がだるくなる。足が前に出なくなる。座る、しゃがむ、前かがみになると症状が軽くなる。買い物に行ってカートを押せば歩ける。長く歩けないが、自転車ならいくらでも走れるという人が多い。自転車に乗る姿勢では、腰が前かがみとなるためです。下肢の血行障害では、自転車に乗っても(前かがみの姿勢)下肢症状は増強します。

2) 診断

間欠性跛行(歩行により歩行障害になる症状の出現・悪化、休息により症状の軽減)症状があれば腰部脊柱管狭窄症が疑われますが、確定診断はおもにMRIによる脊柱管狭窄の確認が必要です。

3) 治療

症状が腰痛だけ、下肢症状があっても軽度で、日常生活に支障が少ないものには体操療法、装具療法、薬物療法を中心にした保存療法を行います。明らかな下肢筋力低下、膀胱直腸障害、歩行障害が認められる場合には手術を勧めます。

a) 薬物療法

痛みに対しては、消炎鎮痛剤の使用。歩行による症状悪化に対しては、狭窄部位での神経周囲の血流改善をはかる。

b) 日常生活指導

姿勢(前かがみになると楽)
手押し車を使用、杖の使用。

c) 手術

基本的には、後方から狭窄の主因である肥厚した黄色靱帯を切除する方法です。当科では、まず固定を行うことはありません。入院期間は10日から2週間程度です。

手術適応は?

基本的には、腰痛のみの症状では保存的治療が優先。手術的治療はおもに下肢症状に対して行われます。

どのくらい日常生活に支障があるか?

徐々に狭窄が進行して、ある限度を超えると症状が出現している状態です。手術で神経の圧迫を取っても、残念ながら症状が完全に取れることはありません。しかし我慢して、我慢して神経そのものが強いダメージを受けると、手術しても回復は悪くなります。もちろん日常生活に支障がなければ、手術を受ける必要はありません。しかし日常生活に支障があり、自覚的に症状が進行してきている(一回で歩ける距離が短くなる。下肢の痛み・しびれが強くなる)場合には手術を勧めます。

繰り返しになりますが、高齢化社会となり、腰部脊柱管狭窄の患者さんは増加しています。段々前より歩けなくなってきた、年のせい?いや腰部脊柱管狭窄症のせい?かも?

まずかかりつけ医で相談して、整形外科に紹介していただきましょう。

冬の小児感染症について



小児科主任部長
荒新 修

皆さんこんにちは。前回に続いて今回は冬の小児感染症についてのお話です。

冬の小児感染症は何と言ってもインフルエンザです。人類にとって最後の疫病とも言われているもので、大正時代に流行したスペイン風邪はとても有名で、第一次世界大戦が終戦となった原因の一つとも言われています。また私事です、私の曾祖父はスペイン風邪で30歳代に亡くなっております。「寒い」といってそのまま寝込んで、何日闘病したのかわかりませんが亡くなったと聞いております。当時同じ村でも流行があり中には2名亡くなった家もあったとか。恐ろしい話ですね。

さて私が小児科医になってから研修中は病棟勤務でインフルエンザの患者さんをあまり診療した記憶がありませんでした。本格的に外来診療を始めたのは遅い方で医師5年目からですが、普段は減多に来院されない中学生が、冬に高熱で来院するよ

うになるとインフルエンザかなと考えていたものでした。また年末年始のお休みにちょうど流行のピークになりますと、患者さんに対応している病院は患者さんでごった返して大変なことになります。インフルエンザの迅速検査がなかったころは発熱患者さんの多さ、忙しさと自分のしんどさから、これがインフルエンザだと流行を体感しておりました。

近年は迅速検査で診断がわかりやすくなりましたが、発熱があっても病初期には陽性となりにくいことから、この検査の精度限界を見越しながらの診療となっております。

インフルエンザが年末年始に大流行にならないように、毎年祈っております。皆様ご自愛ください。



≫ 連携医療機関のご紹介

日頃より大変お世話になっている地域の先生方をご紹介します。

中岡内科



前列左から2番目
院長 **中岡 浩一** 先生
前列左端
山崎総一郎 先生



外 観

〒731-0223
広島市安佐北区可部南2丁目14-14
TEL (082) 819-3701

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:30	○	○	○	○	○	○
午後 15:00~18:00	○	○	△	○	○	△

1997年より約6年半安佐市民病院に勤務させていただき、2003年夏に当地に開業して16年経過しました。当院では、主に山崎総一郎が消化器内科・肝胆脾内科、私が呼吸器内科・循環器内科を担当しています。また、外来診療のみならず、施設往診、終末期の在宅往診も行っています。気張ることなく患者さんの声に耳を傾け、わかりやすい丁寧な診療を心がけています。

当院は安佐市民病院に近く、診断や治療に迷う患者さんを多く紹介させていただいております。安佐市民病院を離れて月日が経ち、顔見知りの先生が減り寂しくもあります。しかし、その先生方や若い先生方に患者さんを紹介するたびに、迅速かつ適切な対応をしていただき感謝しています。これからも敷居の高さを感じさせず連携の取りやすい、そして先進医療を極めながらも地域医療をリードするような病院であってほしいと思います。

開業当初と比べると受診患者さんのみならず、そのかたの家族を含めたかかりを持つことも増えてきました。「最期は先生に看取ってもらいたい」と言われるかたも徐々に増え、一人の人生を見送ってゆくことでその方の子供さん、お孫さんとの関わり合いも生まれてきて、それが積み重なってやがて地域に根ざした医療になるのだろうか、と考えるようになりました。これからも地元に着目した医療に力を入れ、スタッフ一同日々邁進していきたいと考えています。

緑井皮膚科クリニック



院長 **高橋 博之** 先生



外 観



クリニック内

〒731-0103
広島市安佐南区緑井2丁目11-16
TEL (082) 879-4112

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
午後 15:00~18:30	○	○	○	△	○	△

久留米大学医学部を卒業し、そのまま広島大学皮膚科学教室に進みました。皮膚科の診断治療における醍醐味は、単に検査データだけに頼るのではなく、皮膚の状態、発疹の形態や分布、患者さんの生活環境、生活習慣、仕事の内容等を考慮して推理小説のように読み解いていくことにあります。

広島大学病院皮膚科在籍中は、故矢村卓三名誉教授、山本昇壯前教授の薫陶を受け、外来医長、病棟医長をとして多くの外来、入院患者さんの診断治療にあたらせていただき、皮膚科専門医としての研鑽を積ませていただきました。1992年緑井に開業後は、現在における最良の医療をひとりひとりの患者さんに合った形で提供できるよう努力してまいりました。

安佐市民病院の先生方には開業当初から大変お世話になっています。特に皮膚科の先生方にはいつも入院の必要な患者さんや、当院では診断治療が困難な患者さんなどを快く引き受けていただき大変感謝しております。地域に安佐市民病院のような高度な診断治療を行える基幹病院があることは、われわれ開業医にとってとてもありがたく心強いことです。

今後も日々進歩する医療を取り入れる努力を続け、少しでも地域医療に貢献できる皮膚科医院でありたいと思っています。

第11回 がん診療連携拠点病院共催市民講演会を開催しました

がん相談支援センター 相談員 平山 朱里

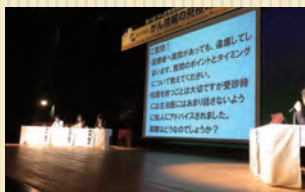
去る2019年10月5日（土）、広島県民文化センターで第11回がん診療連携拠点病院共催市民講演会を開催しました。テーマを「正しいがん情報の見極め方～自分らしい治療の選択～」とし、市民の方々にあふれる情報の中からどうすれば信頼できる情報にたどり着けるかを学び、自分らしい生活を送るための治療を選択できる患者力をつけることを目指しました。講師には、日本医科大学武蔵小杉病院腫瘍内科の勝俣範之先生、広島市民病院がん相談支援センターの中津千恵子先生、NPO法人キャンサーサバイバー・キャリアサポ

ート代表の清水聖子先生をお招きしてそれぞれにご講演いただきました。講演会後半のパネルディスカッションでは、事前に募集した質問内容にお答えする形式をとり、より具体的なお話が展開できたのではないかと思います。

当日は天候にも恵まれ、多くの市民の皆様にご来場いただきました。アンケートの結果をみると、「目からうろこの内容だった」「参考になった」など、概ね良い評価をいただき、講演内容についてご理解を深めていただいたようで、大変有意義な会となりました。



【勝俣先生ご講演】



【パネルディスカッション】



【清水先生ご講演】



【中津先生ご講演】

第15回 健康祭りを終えて

外来師長 島崎 晴美

令和元年11月2日（土）に開催しました第15回健康祭りは、地域の皆様のご支援やご協力のおかげで無事に終わることができました。ありがとうございました。

今回は天候にも恵まれて穏やかな日差しの中、160名近い方が訪れてくださいました。

北館駐車場での白パイやパトカーの展示は毎回子ども達に喜ばれており、今回も見て触って楽しそうに写真撮影が行われていました。新鮮な野菜やお菓子、焼きそばなどの販売コーナーもあり、おしゃべりしながら並んで購入し、その場で楽しそうに食べておられる方が多かったように思います。

北館2階のWAPセンター内では18ものブースがあり、大人の方は健康相談、健康チェックやお薬相談コーナーを訪れて、「心配なことや不安なことが直接聞けたので来て良かった」と言われていました。

子ども達は友達同士で豆つかみ競争をしたり、ブラックジャックセミナーで実際に手術のシミュレーターを操作して、「すごい!すごい!」と歓声をあげて喜んでいました。小さな子供たちはゲームコーナーでゲームをしてお菓子をもらったり、ナースやドクターに変身してポーズをとり写真を撮るたくさん撮って楽しんでいました。

今回初めて開催した肝臓病コーナーでは、何でも気になることを看護師に相談できる療養相談を行い、20名近い方が訪れておりました。

今年3年目になる病院内ツアーは、普段は入れない場所に入れることで大人も子供も出発前にワクワクしながら待っているようでした。手術室の扉の向こうに部屋が10室もあることに驚いたり、ロボット手術の器械を実際に見学して最新の技術に感心されていました。

検査室では輸血用血液の保管や血液検査の機械、尿検査をリトマス紙を用いて行うことなどを見学され、初めて見る様々なことに驚いたり感心しながら見学しておられました。

今回初めて「心臓いきいき市民公開講座」をメインステージで開催しました。開始時間より早くから待たれている方や「今回これが聞きたくて来ました」「目の前で医師の話が聞ける」と言われた方もおられて、大勢の方が興味深く熱心に聞かれており、皆様のお役に立てたのではないかと考えております。

今後も地域の皆様と楽しみながら、交流出来る場を提供出来るように、職員一同頑張りますのでよろしくお願いいたします。



塩分を控えて美味しく食べよう!

栄養室栄養士 中元 久美子

塩分を控える5つのポイントを教えます。

- ①薄味を心掛けましょう**
濃い味が好きな方は、初めは難しいかもしれません。少しずつ薄味にすることで、薄味でも美味しく感じられるようになります。
- ②加工食品はなるべく控えましょう**
加工食品には食塩が多く含まれています。加工食品の栄養成分に食塩相当量が記載されている物もありますので、食塩相当量が高い物は避けましょう。
- ③味付けを工夫してみましょう**
薄味の料理でも酢や香辛料を加えると、美味しく食べられます。また、レモンやゆずなどの柑橘系の搾り汁を加えると酸味が増し、味のバリエーションが増えます。
- ④和食と洋食をバランスよく食べましょう**
和食はヘルシーではありますが、煮物・汁物・漬物には塩分が含まれていますので、和食中心の食事では塩分が多くなりやすい傾向にあります。また、洋食は脂肪が多いですが、塩分が少なめですので、和食・洋食をバランスよく食べましょう。
- ⑤だし汁を取って塩分を控えましょう**
干し椎茸、昆布、鰹節、いりこ等でしっかり出汁を取ることで、調味料を減らすことができます。だし汁を取ることで旨み成分も増えますので、薄味でも美味しく食べられることができます。だし以外にも薬味や香辛料等を使うと味が引き締まりますので、美味しく食べられます。

1日の塩分量は?

血圧が高い方や心臓が悪い方は、**1日塩分6g未満**にしましょう。3食食べますから、**1食2g**にしましょう。減塩の基本は、「薄味に慣れる」ことです。

塩分1gの目安?



旨みを利用しましょう



香りで味を変化させ、奥深い味わいに

当院の減塩食



1食2gで抑えましょう

ご飯	ポトフ風	いんげんゴマ炒め	コールスロー	フルーツ白玉
ご飯 200g	鶏もも肉 60g	いんげん 50g	ロースハム 10g	白玉もち 24g
エネルギー 320Kcal	じゃが芋 80g	サラダ油 1g	胡瓜 10g	バナナ 20g
	人参 20g	煎りごま白 1g	キャベツ 30g	キウイフルーツ 10g
	玉ねぎ 40g	しょう油 2.5g	紫キャベツ 5g	フルーツ缶 20g
	グリーンピース 5g	唐辛子 0.1g	ノンオイルドレッシング 10g	砂糖 10g
	チキンコンソメ 2g			
エネルギー 170Kcal	エネルギー 30Kcal	エネルギー 32Kcal	エネルギー 130Kcal	
塩分 1.01g	塩分 0.36g	塩分 0.55g	塩分 0g	
1食当たり	エネルギー 682Kcal	塩分 1.92g		

患者の権利

広島市立安佐市民病院は、患者の権利に関する「リスボン宣言」を擁護し、患者の最善の利益のために安全で質の高い医療を目指します。

- 1. 良質の医療を受ける権利**
良質で適切な医療を公平に受ける権利があります。
- 2. 情報を知る権利**
ご自身の病状や治療等に関して十分な説明と情報を得る権利があります。
- 3. 自己決定の権利**
ご自身の健康状態について十分な説明を受け、ご自身の自由な意思で検査や治療方法を選ぶ権利があります。
患者が未成年者である場合や患者に意識がない場合などご自身で意思決定ができないときは、法定代理人（保護者、成年後見人）やご家族と相談して治療方法を決定します。その場合でもできるだけ患者ご本人の意思を尊重します。
- 4. 選択の自由の権利**
病院あるいは保健サービス施設等を自由に選択し、変更する権利があります。
セカンド・オピニオン（別の医師の意見を求める権利）を求める権利があります。

- 5. 健康教育を受ける権利**
健康的なライフスタイルや、疾病の予防および早期発見等に関する情報を与えられた上で自己選択（インフォームド・チョイス）できる権利があります。
- 6. 個人情報・プライバシーが守られる権利**
医療従事者が医療上知り得た個人情報は保護され、プライバシーが守られる権利があります。
- 7. 尊厳が守られる権利**
個人として尊重され、尊厳を保ち安楽に終末期を迎えるための、あらゆる可能な支援を受ける権利があります。

お願い

当院で安全で質の高い医療・看護が適切に受けられるためご協力をお願いします。
・ご自身の健康に関する情報をできる限り正確に伝え、医療従事者と共同して診療に参加してください。
・快適な療養環境の維持に協力をお願いします。
・医療安全の実践に協力をお願いします。
・病院の規則を守ってください。
・他の患者の療養に支障を与えないように配慮をお願いします。
・医療人の育成に協力をお願いします。
・現在考えられる安全な臨床医学の範囲を超える要求には応じられないことをご承知ください。